Escuela Primaria
Los Padres™
¡hacen la diferencia!
Mayo 2022
Vol. 33, No. 9
Southeast Local Schools

Reflexione sobre el año escolar y celebre el éxito de su hijo

Ahora que está terminando el año escolar es un buen momento para ayudar a su hijo a mirar hacia atrás, mirar hacia adelante, dar gracias y celebrar. Siga estos pasos:

- **Hable con el maestro.** Pregúntele sobre las fortalezas y las debilidades de su hijo. ¿En qué cosas mejoró? ¿En qué cosas debería trabajar más? Pregúntele qué puede hacer para ayudar a su hijo durante el verano.
- **Hable con su hijo** sobre el año escolar. Pregúntele qué cosas cree que salieron bien. Hablen sobre cuáles fueron los mayores desafíos. Ayúdelo a determinar qué cambios debería hacer para el próximo año escolar.
- **Repase los logros de su hijo.** Revisen el trabajo escolar que han guardado durante el año. Señale cuánto ha aprendido su hijo, por ejemplo, cuántas palabras nuevas aprendió. O que ahora puede sumar y dividir. O cómo mejoró su escritura.
- **Ayude a su hijo a trazarse metas** de aprendizaje para el verano. ¿Cuánto tiempo le dedicó a la lectura? ¿Qué conceptos matemáticos desearía dominar? Guíelo teniendo en cuenta las sugerencias de su maestro.
- **Anime a su hijo a agradecerles** a las personas que hicieron que le fuera bien en el año: el maestro, el enfermero escolar, el bibliotecario, un trabajador del comedor escolar, etc. Esto lo ayudará a apreciar cuántas personas lo han ayudado.
- **Celebre los logros** del año con una actividad especial. No es necesario que sea muy elaborada ni costosa. Simplemente haga planes para disfrutar tiempo a solas con su hijo.

Recuerde la regla 85-15 de la disciplina

Muchas veces, la disciplina tiene mala reputación. Muchos padres creen que significa castigar a sus hijos cuando se portan mal, que no es algo que los niños o sus padres disfruten.

Pero, en realidad, es una palabra de origen latín que significa "enseñar". Por eso, intente pensar en la *disciplina* como una manera de enseñarle a su hijo habilidades para alcanzar el éxito en la vida.

La mayor parte de la disciplina —aproximadamente el 85 por ciento— debería centrarse en fomentar el comportamiento que usted *desea* ver en su hijo. Para lograrlo, puede ser un buen modelo a seguir. Si quiere que su hijo sea amable con los demás, sea amable con los demás usted mismo. Si quiere que su hijo sea responsable, cumpla con sus propios compromisos.

También puede señalar a otras personas cuyos comportamientos querría fomentar. Y cuando vea que su hijo está haciendo las cosas bien, felicítelo.

Así queda solo un 15 por ciento de tiempo para corregir el comportamiento negativo. Ponga reglas y haga cumplir las consecuencias siempre. Luego, dígale a su hijo que confía que tomará mejores decisiones en cuanto a su comportamiento la próxima vez.

Copyright © 2022, The Parent Institute®

La asistencia *continúa* siendo importante hacia el final del año

Se acercan las vacaciones de verano, pero todavía no comenzaron. Estos son tres motivos para asegurarse de que su hijo asista a clases puntualmente todos los días:

1. **El aprendizaje no ha terminado.** Los maestros siguen planificando las lecciones y enseñando contenido nuevo. Asistir a la escuela todos los días (salvo en caso de enfermedad o cuarentena) ayuda a garantizar que los estudiantes alcancen las metas de aprendizaje. Los estudios muestran que los estudiantes que pierden solo el 10% del año escolar en los primeros grados continúan atrasados en comparación con sus compañeros cuando llegan a la escuela secundaria.
2. **Los maestros suelen planificar** proyectos grupales para fin de año. Estos proyectos ayudan a los estudiantes a aprender a trabajar de manera colaborativa, resolver problemas y ser responsables. Estas son habilidades que los niños necesitan a lo largo de la escuela y en el lugar de trabajo.
3. **Asistir a la escuela todos los días** les enseña a los niños a ser responsables, una cualidad importante para la adultez.

Fuente: E. García y E. Weiss, "Student absenteeism: Who misses school and how missing school matters for performance," Economic Policy Institute.

"Cuando los estudiantes mejoran la tasa de asistencia, mejoran sus perspectivas académicas y las posibilidades de graduarse".

—Attendance Works

Planifique excursiones educativas y divertidas para su familia

"¡Estoy aburrido!" ¿Teme escuchar esta frase durante el verano? ¡Entonces comience a planificar ahora! Además de reunir suministros, como libros, recetas y juegos, programe algunas excursiones familiares. Los destinos educativos locales suelen ser gratuitos y divertidos.

Considere ir a:

- **Museos.** Haga un llamado o consulte en línea las próximas exposiciones. ¿Cuál es la que su hijo más desearía ver? ¿Hay algún evento virtual al que podrían asistir? Añádalos a su calendario para el verano.
- **Una arboleda.** A los niños les encanta caminar por los jardines, admirar las flores y aprender sobre la naturaleza. Lleve una cámara o un cuaderno de bocetos para que su hijo pueda registrar las plantas y los animales.
- **El zoológico.** Esta excursión casi siempre es un acierto con los niños. Antes de salir, podría leer con su hijo sobre los animales que verán. Hablen sobre sus hábitats naturales y qué les agrada comer.
- **Un cuartel de bomberos.** Llame con anticipación y pregunte si hay alguna jornada de puertas abiertas prevista para el verano. Si no la hay, consulte si puede programar una visita.
- **Un aeropuerto.** Estacionar cerca de un aeropuerto es interesante. ¿Puede su hijo ver la torre de control? ¿Y los aviones que despegan y aterrizan?
- **Los parques.** Busque una guía de parques locales y téngala a mano. Considere visitar rutas de senderismo y campos de batalla históricos, entre otras cosas. Si suma una guía sobre la naturaleza e incluso unos binoculares, ya estarán listos para emprender una aventura.

¿Le está enseñando a su hijo a usar su tiempo sabiamente?

Saber administrar el tiempo es una habilidad importante para lograr el éxito en la escuela, especialmente cuando los estudiantes trabajan para terminar los proyectos y las tareas de fin de año. ¿Está ayudando a su hijo a aprovechar al máximo el tiempo de estudio?

Responda *sí* o *no* a cada una de las siguientes preguntas:

___1. **¿Ha revisado** el cronograma de trabajos y estudio de su hijo y ha hecho los ajustes necesarios?

___2. **¿Le pide** a su hijo que marque las fechas de los exámenes, los proyectos y los compromisos familiares en el calendario familiar?

___3. **¿Procura** mantener un equilibrio entre el trabajo escolar de su hijo y los demás aspectos de la vida? Los estudiantes de la escuela primaria necesitan mucho tiempo para hacer ejercicio, pasar tiempo con la familia y dormir.

___4. **¿Ayuda** a su hijo a dividir los trabajos extensos en tareas más pequeñas para completarlas paso a paso?

___5. **¿Verifica** que su hijo tenga tiempo todos los días para leer por placer?

¿Cómo le está yendo?

Cada respuesta *sí* significa que está ayudando a su hijo a aprender a usar el tiempo sabiamente. Para cada respuesta *no*, pruebe esa ideas.

Escuela Primaria Los Padres ¡hacen la diferencia!

Ideas prácticas para que los padres ayuden a sus hijos. ISSN: 1523-1313

Para obtener información llame o escriba a: The Parent Institute®, 1-800-756-5525, P.O. Box 7474, Fairfax Station, VA 22039-7474. Fax: 1-800-216-3667. O visite: www.parent-institute.com.

Publicada mensualmente de septiembre a mayo.
Copyright © 2022, The Parent Institute, una división de PaperClip Media, Inc., una entidad independiente y privada. Empleador con igualdad de oportunidades.
Editora Responsable: Doris McLaughlin.
Editor Emérito: John H. Wherry, Ed.D.
Editora: Rebecca Miyares.
Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

 Copyright © 2022, The Parent Institute®

El trabajo voluntario desarrolla valores positivos y liderazgo

Los problemas del mundo pueden parecer abrumadores. Es esencial que los niños aprendan que todas las personas pueden marcar una diferencia y que, si se trabaja en conjunto, los resultados son increíbles.

El voluntariado durante el verano es una gran manera de enseñarle esa lección a su hijo, que, a su vez, desarrollará la confianza, la compasión y las habilidades de liderazgo.

Para comenzar, hable con su hijo de:

- **Sus intereses.** ¿Cómo se relacionan los intereses de su hijo con las necesidades de la comunidad? Un amante de los animales podría buscar maneras de ayudar a un grupo de rescate de animales. Un joven emprendedor podría ayudar con una recaudación de fondos.
- **Sus habilidades.** Las habilidades y las fortalezas de su hijo pueden ser un regalo para los demás. Su hijo podría organizar una venta de pasteles o leerles a niños más pequeños. A veces, también es divertido aprender habilidades nuevas, como ayudar con el paisajismo o las reparaciones del hogar.
- **Sus necesidades.** Tal vez su hijo haya notado que el parque necesita arreglos. O tal vez haya familias de la comunidad que necesiten ropa o alimentos. Busque en internet con su hijo los próximos eventos presenciales y virtuales de servicio comunitario en su área. Incluso podría preguntarle al maestro de su hijo si necesita ayuda durante el verano.
- **Los horarios.** El voluntariado requiere tiempo, y las familias están ocupadas. Establezca objetivos realistas que dejen tiempo para otras prioridades. Dependiendo de los compromisos familiares, usted y su hijo podrían ofrecerse como voluntarios solo unas pocas horas de vez en cuando o decidir emprender un proyecto grande y emocionante.

Mantenga a su hijo seguro mientras navega por el mundo virtual

La tecnología ha cambiado la manera en la que los estudiantes aprenden y socializan. Millones de niños de todos los grupos etarios usan internet todos los días —en casa, en la escuela, en la casa de sus amigos, en la biblioteca—, y muchos están creando contenido en internet.

Para promover la seguridad en línea:

- **Hablen sobre las reglas** y las expectativas. Use programas que ayuden a proteger a los niños, pero también supervise el uso de internet con atención. Permítale a su hijo usar internet para comunicarse únicamente con personas que ambos conozcan.
- **Establezca pautas.** Ponga horarios en los que no esté permitido el uso de la tecnología y establezca un horario en el que todos los dispositivos deban estar apagados por la noche.
- **Recuérdele a su hijo** que no debe revelar en internet su información personal, como su número de teléfono, el nombre de su escuela, las contraseñas y la dirección de su casa.
- **Mantenga el uso de internet** a la vista. Pídale a su hijo que use la computadora y los aparatos electrónicos en áreas comunes en las que usted pueda supervisarlo.
- **Investigue sobre los sitios web** que su hijo quiere visitar y las aplicaciones que quiere descargar. Asegúrese de que usted apruebe el contenido.
- **Anime a su hijo** a mostrarle cualquier contenido, mensaje o experiencia inapropiados en línea. Si algo lo preocupa, notifique a las autoridades.

Para obtener más recomendaciones de seguridad, ingrese al sitio web del Family Online Safety Institute, *www.fosi.org/good-digital-parenting*.

P: Mi hijo odia escribir. Cuando tiene que hacer un trabajo de escritura, se queda mirando fijo la hoja en blanco. ¿Hay algo que pueda hacer para ayudarlo?

Preguntas y respuestas

R: Los estudiantes de primaria suelen ser reacios a la escritura. Muchos simplemente se bloquean por el miedo ante la idea de escribir. Se preocupan al pensar que lo que escribirán no será bueno o que se burlarán de ellos.

Para ayudar a su hijo a superar el bloqueo al escribir:

- **Recuérdele que,** algunas veces, los escritores profesionales también tienen dificultades para escribir.
- **Hable sobre algunas ideas** con él. Anime a su hijo a hacer una lluvia de ideas y una lista de todas las ideas que se le ocurran.
- **Sugiérale que escriba** sus ideas a medida que surjan. Podrá corregir la fluidez, la gramática y la ortografía más adelante.
- **Anímelo a usar** una computadora para escribir, de ser posible. Esto facilita la revisión.
- **Pídale que pruebe** la escritura libre. Este método consiste en escribir cualquier cosa que le venga a la cabeza, sin importar lo absurda que le parezca. O pídale a su hijo que escriba sobre algo que le agrade.
- **No critique demasiado.** Si su hijo le pide que revise lo que escribió, señale primero lo que le agrada. Enfóquese en lo que su estudiante está tratando de decir, no solo en la mecánica de la escritura.
- **No corrija los errores** por él. Eso no mejorará la confianza en sí mismo. En cambio, le transmitirá el mensaje de que usted no cree que su hijo sea capaz de corregirlos por su cuenta.
- **Sea paciente.** Permítale a su hijo expresar su frustración. Lleva tiempo ser un buen escritor.

Copyright © 2022, The Parent Institute®

Enfoque: aprendizaje en el verano

Enfóquese en los hábitos saludables durante el verano

Los hábitos pueden tener un impacto duradero en la salud y el desempeño escolar de su hijo. Por ese motivo, es importante hacer hincapié en los hábitos saludables durante todo el año, no solo durante el año escolar.

Como familia, esfuércense por:

- **Mantenerse activos.** La mayoría de los niños deberían hacer ejercicio durante al menos una hora por día. En su lugar, muchos miran televisión y juegan a juegos en internet durante horas y horas. Haga una lista de actividades físicas divertidas que puedan hacer juntos, como caminar, hacer jardinería, visitar un parque local y patear una pelota. Pregúntele a su hijo: "¿Cuál te agradaría hacer?"
- **Comer bien.** Involucre a su hijo en la preparación de comidas saludables. Podría retirar un libro de cocina de la biblioteca o buscar recetas en internet. Pruebe platos nuevos con frutas y verduras, cereales integrales y proteína magra. Evite los ingredientes potencialmente dañinos o innecesarios, incluido el exceso de azúcar.
- **Mantenerse hidratados.** Esto es especialmente importante durante las actividades en lugares cálidos. Recuerde que no es necesario que las bebidas estén endulzadas o saborizadas. El agua es refrescante ¡y gratuita! Si le da jugo a su hijo, considere diluirlo con agua. Cuanto antes comience a hacer esto, menos lo notará.

También es importante llevar a su hijo a controles médicos periódicos. Hable con el pediatra sobre las vacunas, la seguridad durante el verano, la vista, el oído, las alergias y otros temas esenciales. También recuerde mantener la historia clínica de su hijo actualizada.

Fomente el aprendizaje de ciencias al aire libre este verano

Los estudios muestran que las niñas comienzan a perder interés en la ciencia desde la escuela primaria. Pero un nuevo estudio muestra que aprender sobre ciencia al aire libre puede aumentar el conocimiento y el interés de las niñas en esta materia.

En un programa, las estudiantes exploraron la ciencia en el mundo natural y registraron sus descubrimientos en un cuaderno. Estas estudiantes obtuvieron calificaciones más altas en ciencias y comprendían mejor lo aprendido.

Para fomentar este tipo de aprendizaje científico práctico, independientemente del sexo de su hijo, salgan y:

- **Hagan una búsqueda del tesoro** de cosas específicas que puedan encontrarse en la naturaleza.
- **Observen** los insectos y los sapos.
- **Busquen rastros** de animales, como huellas.
- **Registren cómo cambian** las plantas durante el verano.

Si ven algo que no comprenden, busquen la explicación en la biblioteca o en internet. Al animar a su hijo a hacer preguntas ahora, puede fomentar su entusiasmo por la ciencia en el futuro.

Fuente: K.T. Stevenson y otros, "How outdoor science education can help girls stay engaged with science," *International Journal of Science Education*, Taylor and Francis Ltd.

¿Qué opción es mejor: leer en internet o leer libros físicos?

Muchos niños disfrutan leer en internet. Sin embargo, los estudios demuestran que hay algunos beneficios de la lectura que solo pueden provenir de leer un libro impreso.

Los medios digitales, que tienen un ritmo acelerado, entrenan al cerebro para que procese la información más rápidamente y con menor profundidad. Quienes leen en internet son más propensos a leer por arriba que a leer en busca de significado. Leen rápidamente, pero no prestan tanta atención. Por lo tanto, cuando terminan, pueden responder preguntas concretas, pero tienen dificultades para responder preguntas que implican un pensamiento más profundo.

Cuando los estudiantes leen libros en papel, la página impresa no cambia. Los lectores pueden tomarse su tiempo y volver a consultar algo que acaban de leer. Es más probable que recuerden el relato en orden cronológico y que recuerden más detalles.

Por eso, este verano, dele muchas oportunidades a su hijo para desconectarse y leer algunos libros en papel.

Fuente: K. Benson. "Reading on Paper Versus Screens: What's the Difference?" BrainFacts.org.